

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я



Согласовано:
Директор МАОУ
Прииртышская СОШ
М.М. Быкова

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА МЕНЮ

на 30 сентября 2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
Экспресс - завтрак							
табл.25	Кондитерское изделие	80	7	9	55	339	37,00
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	3,10
Итого за прием пищи						399	40,10
Горячий завтрак							
3	Бутерброд с сыром	35	5,3	3,7	7,2	83,3	17,82
388	Котлета рыбная запеченная	90	9,3	8,3	11,6	158,3	54,71
510	Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	25,53
686	Чай Цитрусовый заряд	230	0,2	0	15,5	62,8	7,77
таб 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
Итого за прием пищи						494,30	107,70
Обед							
70	Овощи свежие (огурцы)	30	0,5	0,1	1,3	7,9	7,80
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,3	4,9	16,7	120,1	61,57
494	Бедро или грудка куриные запеченные	90	14,6	13,6	0,6	183,2	39,90
516	Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	20,20
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	3,10
таб 25	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,20	3,96
таб 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,30	1,87
Итого за прием пищи						670,90	138,40

Соц. педагог
Мед. работник
Зав столовой
